



Jak rozmawiać z dzieckiem o przemijaniu

Dzieci od pierwszych dni życia przeżywają smutki i zmartwienia. Złością się, gdy mama nie reaguje natychmiast, kiedy są głodne. Tęsknią za nią, gdy idzie do pracy. Dziecko, nawet dwuletnie, zna trudne emocje. I radzi sobie z nimi lepiej, niż przypuszczamy.

Bajki na ciężkie chwile

Rodzice, by uchronić swoje dzieci przed złem świata, zmieniają nawet bajki, które czytają maluchom na dobranoc. Tymczasem Bruno Bettelheim, austriacki psycholog, w swej książce „Cudowne i pożyteczne”, pisze, że dzieci podchodzą do tych okrucieństw w baśniach zupełnie inaczej niż dorośli. Dla nich to lekcja, że zbrodnia nie pozostaje bez kary. I im sroższa kara spotyka niegodziwców, tym bardziej przedszkolak czuje się bezpieczny. Opowieści jak te o Czerwonym Kapturku czy Jasiu i Małgosi pomagają dziecku zrozumieć zasady moralne, którymi powinno się kierować. Sytuacja bywa trudniejsza u Andersena. W jego bajkach nawet dobrzy bohaterowie umierają, jak np. w „Dziewczynce z zapalkami”. Tu śmierć nie ma żadnego uzasadnienia. Po prostu się zdarza. I to też jest ważna lekcja dla dziecka, jak radzić sobie z bezradnością czy niesprawiedliwością w życiu.

– Nie będę czytał tego Klarze! – upierał się Marek. A Kasia spokojnie powtarzała, że smutne baśnie są dla dziecka okazją, by temat śmierci poznać i ośwoić. – Klara wie, że to tylko bajka – mówiła Kasia. – Może zamknąć książkę, przytulić się do nas, uciec do bezpiecznego świata. Nie ma lepszego sposobu niż baśń na zmierzenie się ze smutkiem, strachem, gniewem czy bezradnością. To my musimy nauczyć ją, jak sobie radzić z trudnymi emocjami – dodała. Faktycznie, podczas opowiadanej baśni dziecko dowiaduje się, że na świecie są ból

i śmierć. Słyszy także o tym wkoło. A to babcia opowiada, że sąsiadka jest umierająca, a to rodzice wybierają się na czyjś pogrzeb. Widzi smutek najbliższych. Baśń pozwala

Gdy zbliża się listopad, wiele osób zastanawia się, jak rozmawiać z dziećmi o śmierci. Odpowiedź brzmi: po prostu otwarcie. Nie można robić z umierania tematu tabu ani oszukiwać. Dla przedszkolaka to może być dużo trudniejsze do przyjęcia i wywołać dodatkowe lęki.

Tekst: Urszula Zawadzka

Kasia i Marek zwykle byli zgodni w sprawach dotyczących wychowywania Klary. Aż do dnia, gdy Kasia zaczęła planować, jak spędzą Wszystkich Świętych. – W czwartek pójdziemy na grób mojego dziadka, a w Zadzuszki na groby twojej rodziny – powiedziała Kasia przy kolacji. – A co z Klarą? U której babci zostanie? – zapytał szybko Marek. – U żadnej. Idzie z nami – odpowiedziała zdziwiona Kasia. Ale z tym nie chciał się pogodzić jej mąż. Uważał, że córeczka jest za mała, by chodzić na groby.

Fikcja rodziców

Rozmowy takie, jak ta Marka i Kasi, toczą się w wielu polskich domach, nie tylko przed pierwszym listopada. Pogrzeb sąsiadki, cioci, a nawet śmierć chomika sprawiają, że doro-

śli nie wiedzą, jak się zachować. Chcą chronić dzieci przed tym, co złe i smutne. Gdy umiera wujek, mówią, że wyjechał za granicę. Kiedy chomik kończy życie, jedno z rodziców zabiera dziecko na spacer, a drugie w tym czasie kupuje nowego i podkłada go do klatki. – Klara ma jeszcze czas na te wszystkie smutne tematy! – mówił Marek

» Nigdy nie jest za wcześnie, by wybrać się z dzieckiem na spacer na cmentarz. «

z przekonaniem. – Dopóki możemy ją chronić, róbmy to – mówił. Kasia nie chciała się z tym zgodzić: – I co? Mamy trzymać Klarę pod kloszem? Nie możemy tworzyć dla niej fikcji.

la dziecku poczuć te emocje w bezpieczny, kontrolowany sposób.

Śmierć to nie sen

Niektórzy rodzice, by uchronić dziecko przed bólem, nie mówią, że babcia zmarła, tylko że usnęła. Ale okazuje się, że maluchy boją się potem zasnąć. Psycholodzy często stykają się z taką reakcją u kilkulatek. Nagle położenie się do łóżeczka wydaje się czymś groźnym. Poza tym informacja, że babcia śpi, wprowadza w życie dziecka dodatkowy niepokój. Maluch wciąż czeka, aż ulubiona osoba obudzi się i wróci. Często o tym myśli. A gdy powrót nie następuje, uważa, że to z jego winy, bo było niegrzeczne.

Znacznie lepiej jest mówić otwarcie, i możliwie prosto, że życie się kończy. Warto powiedzieć, że śmierć jest nieuchronna, spotyka każdą roślinkę, zwierzę i człowieka. To smutne, ale tak jest i już. I dodać: „Na szczęście ty, kochanie, jesteś jeszcze dzieckiem, my też jesteśmy młodzi, i możemy zrobić jeszcze wiele wspólnych rzeczy razem, przez wiele, wiele lat”. Po takim komunikacie

możemy zająć się planowaniem z dzieckiem wyjścia np. do kina, by skupiło się na teraźniejszości zamiast dręczyć się tym, że kiedyś umrze.

Część naszego życia

Rodzinna wyprawa na cmentarz to dobra okazja, by porozmawiać o śmierci. To przecież nie pogrzeb, który sprawia, że wszyscy wokół płaczą i są smutni. Dziecko idzie po prostu na spacer i może oswajać się z faktem, że ludzie umierają. Ale żyją w naszej pamięci i dlatego zapalamy na ich grobach lampki. Taka rozmowa inaczej wygląda z dwulatkiem, a inaczej z pierwszoklasistą. Ale na to, żeby zabrać dziecko na groby i zapalić z nim znicze, nigdy nie jest za wcześnie. Dzięki takim wyprawom maluch rozumie, że śmierć stanowi część naszego życia. I upewnia się, że może zapytać rodziców o to, co go niepokoi. Im bardziej otwarcie odpowiadamy na pytania, tym spokojniej maluch traktuje umieranie. Tak jest zresztą ze wszystkimi trudnymi tematami. Zamiast chować głowę w piasek, po prostu musimy o nich z dzieckiem rozmawiać.

ZDANIEM EKSPERTA

NIE MOŻNA UNIKAĆ TRUDNYCH TEMATÓW

● Co dzieci rozumieją pod pojęciem „śmierć”?

Do trzeciego roku życia dzieci nie kojarzą niczego ze słowem „śmierć”. Postrzegają ją raczej jako stan chwilowy, z którego się wraca jak z wakacji. Cztero- i pięcioletkom śmierć kojarzy się ze starością i chorobą. Ale nadal nie rozumieją śmierci jako czegoś ostatecznego. Nie umieją sobie wyobrazić definitywnego rozstania z kimś. Dopiero ok. 6. roku życia dzieci zaczynają rozumieć, że wszyscy kiedyś umrą.

● I co wtedy dzieje się w ich głowach?

Pojawia się wiele trudnych pytań. Dzieci interesują się przyczynami śmierci i tym, co dzieje się potem z ciałem. Wtedy rodzice powinni otwarcie rozmawiać. Jeśli dziecko nie ma z kim oswoić tematu śmierci, narasta w nim strach. Na swój sposób próbuje poradzić sobie ze świadomością, że najbliżsi kiedyś umrą. To może rodzić lęk.

● Wiele dzieci styka się ze śmiercią. Jak to odczuwają?

Zależy to od wieku malucha i od tego, czy rodzice rozmawiają z nim o bólu, złości, strachu. Ono skupia się na tym, czego mu będzie teraz brakować, za czym tęskni. Kto zamiast babci będzie się nim opiekować. Wiele rodziców dziwi się też, że dzieci nie potrafią trwać w żałobie. Śmieją się nawet dzień po śmierci cioci czy dziadka. To ich sposób na radzenie sobie z bólem, który jest zbyt wielki i niezrozumiały. Nie należy złościć się na dziecko za takie zachowanie!